



Tekst i zdjęcie: **ewcia** - Szef Kuchni (850)

Jarmuż zasmażany

Do jarmużu można dodawać starte surowe jabłka, rozdrobnioną w paski i podduszoną marchew, pomidory lub paprykę.

Sposób przygotowania: gotowane

Składniki:

- jarmuż, 1 dag
- tłuszcz, 5 dag
- mąka , 4 dag
- mleko, 1 szkl.
- sól, 1 szczypta
- cukier, 1 szczypta

Sposób przygotowania:

Jarmuż wrzucić do wrzącej osolonej wody, gotować na silnym ogniu bez przykrycia 2-3 min., aż szpinak da się rozetrzeć w palcach, odsączyć, zemleć lub posiekać. Z tłuszczu i mąki przyrządzić w garnku białą zasmażkę, rozprowadzić ją mlekiem, zagotować mieszając, połączyć z jarmużem przyprawić solą i cukrem lub czosnkiem roztartym z solą.

